

El niño que no es disciplinado con amor en su pequeño mundo (la familia), será disciplinado, por lo general sin amor, en el mundo grande

Zig Ziglar

Las mentiras son un síntoma, más que una falta grave

La mayoría de padres nos enfurecemos cuando nos damos cuenta de que nuestros hijos nos han dicho una mentira, quizás porque lo interpretamos como una ofensa personal. Pero las mentiras, más que una falta en contra de nuestras enseñanzas, son un síntoma de que algo está mal.

Ese algo puede ser el temor a la severidad del castigo que recibirán, o al problema que se formará si nosotros nos enteramos de que han hecho algo mal. También puede ser el resultado de que nosotros mismos les hemos enseñado a hacerlo porque faltamos a la verdad delante de ellos o les pedimos que lo hagan por nosotros para librarnos de lo que no queremos hacer y quedar bien ante los demás.

Además, es posible que los padres estemos interpretando como mentiras los falsos heroísmos que suelen inventar los niños entre los cinco y los nueve años de edad y que no son otra cosa que las hazañas que ellos sueñan con lograr en esta etapa de su vida.

Sin embargo, cuando los niños dicen mentiras a sabiendas de que los van a coger y a pesar de que es evidente para todos que está faltando a la verdad, la razón es lograr la atención de su padres o mayores. Está visto que si los hijos se sienten ignorados o poco reconocidos por sus buenos actos, pueden optar por mentir porque prefieren ser reprendidos que permanecer ignorados.

Lo que los padres debemos tener presente es que los niños no aprenden a actuar bien con base en recriminaciones o sanciones, sino que es algo que se les enseña, que se les contagia. Los niños copian de los adultos que aman la forma de resolver las dificultades en que se encuentran o de obtener lo que quieren.

Por eso, una conducta impecable de parte nuestra así como un sincero reconocimiento a sus buenos actos es lo que más ayuda a los hijos a ser honestos y a actuar en forma correcta. Son más capaces de elegir ser honestos cuando se sienten muy amados que cuando se sienten muy censurados.

Así, si los padres nos concentramos en sus fortalezas y virtudes en lugar de en sus errores, tendremos más posibilidades de que nuestros hijos crezcan y florezcan como personas íntegras e intachables.

Ángela Marulanda
Autora y Educadora Familiar

Cómo disciplinar

Álvaro Posada Díaz

Pediatra puericultor

Una de las preguntas que siempre surge en reuniones con cuidadores de niños, niñas y adolescentes es: **¿cómo hacer para que niños, niñas y adolescentes se vuelvan disciplinados?**

La respuesta a esta pregunta radica en la manera de desarrollar las prácticas de crianza, por lo cual es posible afirmar que hay dos métodos usuales que pretenden que los niños, niñas y adolescentes sean disciplinados: el control coercitivo y la inducción al autocontrol.

Control coercitivo

Consiste, como su nombre lo dice, en una forma de crianza en la que los adultos cuidadores ponen los **límites autoritarios** estableciendo una forma de relación con la pretensión de que los niños, niñas y adolescentes hagan, alcancen, esperen, necesiten, sientan, les guste y sean lo que esos cuidadores quieren. Es, pues, una crianza moldeadora, entendida solo desde la perspectiva de los adultos, que implica permanente maltrato.

El control coercitivo implica **autoritarismo** y pretende cambiar comportamientos indeseables, es decir, es ejercido cuando ocurre un comportamiento de estos, por lo cual no tiene carácter preventivo. El autoritarismo es una práctica de relación impositiva y vertical, basada en el ejercicio del poder sobre otros. Esta práctica es una clara expresión de maltrato y su único método es dar órdenes e impartir castigos para inducir sumisión.

Es la forma más común de relación de los adultos cuidadores con los niños, niñas y adolescentes en nuestro medio, forma nacida de la tradición de crianza que da resultados de control de comportamientos indeseables en el corto plazo, pero que no son duraderos ni estables y que, además, produce grandes dificultades en las relaciones de crianza.

Con el autoritarismo se logra un precario control que depende fundamentalmente de situaciones externas: *no hago tal cosa porque mi papá me daría una pela si lo hago*, lo que en la edad adulta es: *no me paso el semáforo en rojo porque a la vuelta hay un policía y me multa*.

Inducción al autocontrol

Consiste, como su nombre lo dice, en una forma de crianza en la que los adultos cuidadores ponen los **límites con autoridad** estableciendo una forma de relación con la pretensión de que los niños, niñas y adolescentes hagan, alcancen, esperen, necesiten, sientan, les guste y sean no solo lo que esos cuidadores quieren, sino lo que ellos pueden ser al ser reconocidos como interlocutores válidos. Es, pues, una crianza acompañadora, entendida no solo desde la perspectiva de los adultos, sino desde y, fundamentalmente, desde la perspectiva infantil y adolescente, que implica permanente *buentrato*.

La inducción al autocontrol implica **ejercicio de la autoridad** y pretende prevenir la aparición de comportamientos indeseables, es decir, es ejercida no solo cuando ocurre un comportamiento de estos, por lo cual tiene carácter eminentemente preventivo, y, sobre todo, formativo del autocontrol.

El ejercicio de la autoridad es una práctica de relación horizontal, persuasiva, educativa, formadora y *bien tratadora*, que se basa en el ejercicio de los valores y cuyos métodos son el ejemplo y el diálogo, para inducir autocontrol y responsabilidad.

Con el ejercicio de la autoridad se logra un preciso control que depende fundamentalmente de situaciones internas: *no hago tal cosa porque mi mamá, a quien quiero tanto porque me respeta, me ha enseñado que no se debe hacer*, lo que en la edad adulta es: *no me paso el semáforo en rojo porque violo una norma esencial de convivencia*.

¿Cómo ejercer la autoridad para lograr que las prácticas de crianza lleven a que niños, niñas y adolescentes sean disciplinados, es decir, tengan autocontrol?

Para este propósito es necesario establecer normas, que ponen límites y que son para ser obedecidas. Los **límites** demarcan y establecen las normas y reglas de cada familia; son necesarios para que niños, niñas y adolescentes distingan lo correcto de lo incorrecto y para que se sientan seguros y amados. Además, comunican lo que los cuidadores esperan de ellos y los valores que estos adultos practican.

La **norma** es la regla que se debe seguir o aquello a lo que se deben ajustar las conductas, tareas, actividades, etcétera. La norma debe ser entendida como para el bien de niños, niñas y adolescentes: debe haber siempre un referente normativo como elemento imprescindible para la construcción y reconstrucción de la autoestima, la autonomía, la autocrítica y el autocuidado.

La finalidad de la norma es que esta se incorpore en el modo de ser de cada niño, niña y adolescente. Este proceso de incorporación de las reglas para la vida tiene varias etapas: en el **niño y niña menor de dos años** la postura de límites se hace mediante la repetición de las rutinas hogareñas para la formación de hábitos (rutinas de sueño, de alimentación, de aseo, de afecto...).

De dos a cinco años el niño y la niña son *egocéntricos*, es decir, centrados en sí mismos; por esto, pretenden hacer lo que quieren. En esta etapa el comportamiento es regido por normas impuestas procedentes de los cuidadores, determinadas por la historia familiar y cultural.

La incorporación de las normas en esta etapa apenas significa comienzo de cooperación y la obediencia es situacional, esto es, se obedece para evitar el castigo (por miedo) o para obtener recompensas, o por amor a los adultos que ejercen sanamente la autoridad.

En esta edad se cumple la norma porque hay alguien vigilando su cumplimiento: *no se sacan las galletas sin permiso cuando la mamá está en casa pendiente*. El mejor método para facilitar esta incorporación, como en todo el desarrollo del niño, es el juego.

En el **niño y niña de seis a doce años** las normas, ahora más acordadas que impuestas, se incorporan con cooperación y la obediencia es comprometida, esto es, con disposición del niño y la niña para obedecer conscientemente.

En esta edad se cumple la norma por convicción independientemente de que haya alguien vigilando: *no se prende el televisor en horas no acordadas a pesar de que los padres no estén en la casa*. El mejor método para facilitar esta incorporación, como todo en el desarrollo del niño, es el juego.

En la **adolescencia** las normas deben ser siempre consensuadas con los y las adolescentes y entre los cuidadores adultos entre sí. Ya se incorporan solo por cooperación y la obediencia llega al punto máximo del compromiso, lo que es la base para que la regla sea un estilo de vida.

Las **normas** no pueden ser instrumentos de coacción, a pesar de que así se utilizan con frecuencia, sino que son instrumentos que deben conducir a la posibilidad de tomar decisiones. Para que surtan el efecto deseado, la educadora colombiana Luz Elena Gómez plantea que deben ser:

- Claras, de tal modo que los participantes en el proceso de crianza sepan lo que se espera de ellos

- Preestablecidas, acordadas, concertadas y elaboradas con anticipación
- Consistentes, es decir, que no dependan del estado anímico del cuidador
- Permanentes y fijas
- Supervisadas directamente por los adultos, con el fin de asegurar que queden incorporadas en el diario quehacer

Según el psicólogo infantil estadounidense Lawrence Shapiro, la construcción de la disciplina efectiva en los niños, niñas y adolescentes se puede lograr con unos pocos principios y estrategias:

- Establecer reglas y límites claros y atenerse a ellos
- Darle a niños, niñas y adolescentes advertencias y señales cuando comienzan a comportarse mal es la mejor manera de enseñarles el autocontrol
- Definir el comportamiento positivo, reforzando la buena conducta con estímulos y afecto e ignorando la conducta que solo se dirige a llamar la atención
- Educar a los niños, niñas y adolescentes conforme a las expectativas de los padres. Se debe emplear el tiempo necesario para hablar con ellos acerca de valores y normas y el porqué de su importancia
- Cuando se viola una norma o un límite claramente establecido, en forma intencional o de otro modo, se debe aplicar de inmediato una consecuencia adecuada y prevista, proceso en el que se debe ser coherente y hacer exactamente lo que se acordó que se haría
- Cuando se deba aplicar una consecuencia, es necesario asegurarse de que guarde relación con la infracción a la regla o la mala conducta, de tal modo que la consecuencia se ajuste a la falta

Consideraciones de contexto

Pero, siempre habrá un pero: ¿cómo aplicar lo planteado en la sociedad posmoderna en la que ya no es tan válida la construcción del necesario autocontrol pues, como afirma la filósofa española Victoria Camps, lo que no sirve para ganar dinero, para adquirir poder o para pasarlo bien está destinado a desaparecer?

Un modo muy valioso para acompañar a que los niños, niñas y adolescentes logren el autocontrol en cualquier contexto en que se desenvuelva la relación de crianza es hacer todos los esfuerzos necesarios para alejarse del **autoritarismo**, pues como dice Ángela Marulanda, las críticas, la insatisfacción y las exigencias que caracterizan a los padres autoritarios hacen que los hijos se sientan disminuidos, incompetentes e incapaces, además de poco amados.

Uno de los peligros en los que se puede caer cuando no hay adecuado análisis de contexto es la **permisividad excesiva**, la cual puede resultar de informaciones incompletas e irreflexivas sobre crianza mezcladas con sentimientos de culpa en un momento histórico difícil en el que los esfuerzos mayores se tienen que dedicar a asuntos como sobrevivir, llegando en algunos casos a la anarquía total, con tiranía por parte de los niños, niñas y adolescentes, en medio de lo cual es casi imposible la construcción de los conceptos de los que se ha venido tratando.

No se trata ni de un extremo ni del otro; la disyuntiva no está en ser autoritario o ser permisivo o paralizarse en la toma de decisiones, por lo que es preciso rescatar la firmeza, mas no la tiranía que caracterizó a nuestros antepasados, con lo cual se evita la posibilidad de que los niños, niñas y adolescentes manipulen la familia, modificando el escenario de la relación de crianza hasta el punto de que la construcción posible no sea de autoridad sino de autoritarismo.

En resumen, en medio de la crisis de autoridad, la cual es descrita como uno de los problemas más graves de la familia actual, es necesario que en la crianza los niños, niñas y adolescentes sean acompañados inteligente y afectuosamente por cuidadores que ejerzan la autoridad adecuadamente para que se conviertan paulatinamente en seres disciplinados mediante la obediencia de las normas, inicialmente del grupo familiar y luego del grupo social al que pertenecen.

Lecturas recomendadas

Marulanda Á. *Creciendo con nuestros hijos*. Colombia: Imprelibros; 1998.

Escallón C. La disciplina humanizada en los escolares: una cara del amor. *Boletín Crianza humanizada* 2006; XI (82).

Escallón C. La disciplina humanizada en los adolescentes: una cara del amor. *Boletín Crianza humanizada* 2006; XI (84).